



Soupes chaudes
Velouté d'asperges



25 min 10 min 15 min **0** **116**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour le
velouté d'asperges**

1 kg **Asperge(s) verte(s)**
4 c. à soupe **Crème
liquide (fleurette)**
50 g **Fèves**
1 litre(s) **Eau**
1 **Bouillon cube de
légumes déshydraté**
5 tige(s) **Cerfeuil**
4 branche(s) **Menthe
fraîche**
4 branche(s) **Thym**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Préparer les asperges et les couper en tronçons.
- 2 Laver et éplucher les fèves.
- 3 Nettoyer puis sécher toutes les herbes.

Étape 2

Réalisation et cuisson du velouté

- 1 Verser dans une casserole le cube de bouillon de légumes et l'eau.
- 2 Porter à ébullition sur feu vif. Puis baisser sur feu moyen et ajouter les asperges. Laisser cuire pendant 12 minutes.
- 3 Ajouter les fèves et laisser sur le feu pendant 3 minutes de plus.
- 4 Retirer 1/4 du liquide puis ajouter le cerfeuil.
- 5 Mixer le tout bien finement. Compléter si nécessaire avec le liquide prélevé pour obtenir l'épaisseur du velouté à son goût. Vérifier l'assaisonnement.
- 6 Prélever 1/10 de velouté, le verser dans un bol puis ajouter la crème fleurette. Mixer le tout.

Étape 3

Dressage

- 1 Verser le velouté dans des tasses ou des petits bols.
- 2 Répartir dessus le contenu crémeux du bol.
- 3 Répartir la menthe et le thym. Servir bien chaud.